Colțul specialistului

Am pierdut din vedere jocul de apărare

O problemă importantă a handbalului nostru in 7

Echipele noastre de handbal se află, în această perioadă, în plină activitate de sală, a cărei bază o asigură jocurile din cadrul „Cupei F.R.H.", competiție de iarnă devenită tradițională.

Activitatea competițională de pînă acum a fost un foarte bun prilej de constatări privind pregătirea și orientarea în joc a sportivilor noștri fruntași, în fața cărora stau obiective importante, cum sînt o serie de meciuri internaționale bilaterale și campionatul mondial de anul viitor.

Una din aceste constatări se referă la jocul de apărare, capitol la care echipele noastre lasă de dorit. În rîndurile de mai jos publicăm un interesant articol al antrenorilor Constantin Popescu și Francisc Spier, care dezbat tocmai această problemă.

In mai puțin de un deceniu, handbalul în 7 din țara noastră a parcurs drumul anevoios de la anonimat la supremația mondială.

Cu atît mai mult au surprins pe toți iubitorii acestui sport unele insuccese sau reușite mai puțin concludente în întîlnirile internaționale de la începutul anului 1963.

Analiza acestor rezultate, făcute temeinic la timpul său, precum și o serie de observații pe marginea primei părți a campionatului republican, au stabilit o suită de concluzii, dintre care cea mai certă dar și mai neașteptată este aceea că echipele noastre au slăbit eficiența jocului de apărare. Am subliniat ca o concluzie surprinzătoare acest lucru deoarece în trecutul apropiat cheia multor succese internaționale au constituit-o apărările echipelor noastre, care — prin jocul lor atent, mobil, dîrz și combativ — au reușit să stăvilească atacurile celor mai rutinate adversare. Tocmai jocul bun în apărare al echipelor noastre a fost elementul decisiv în lichidarea handicapului din punct de vedere tehnic și tactic pe care îl aveam în fața formațiilor din țările nordice, germane și cehoslovace.

Care este explicația? După noi, una singură: am fost impresionați de problemele tehnice și tactice ale jocului ofensiv, care au intrat mai intens în preocupările antrenorilor și jucătorilor noștri și am abandonat treptat preocupările speciale pentru jocul de apărare.

Aceasta este și în prezent starea de fapt, iar consecințele au început să se vadă atît pe plan intern, cît și internațional. Lipsa de preocupare atentă pentru pregătirea tehnico-tactică a jocului de apărare este, de altfel, și principala cauză a handbalului neregulamentar, practicat de unii jucători și unele echipe. *Faulturile grosolane și eliminările abundă încă în meciurile de campionat; nu există joc în care să nu se înregistreze 20—30 de faulturi de fiecare echipă, consecințe absolute ale lipsei de pregătire specială.*

Să vedem însă mai în profunzime, care sînt cauzele.

In primul rînd, există la majoritatea antrenorilor și jucătorilor convingerea — greșită — că apărarea se perfecționează de la sine, în timp ce lucrăm pentru atac. *Prin urmare,* 90% din conținutul antrenamentelor se adresează jocului de atac, atît sub aspect tehnic cît și tactic. *In al doilea rînd, ponderea aceasta din ce în ce mai mult scăzută este determinată și de faptul că jucă*torii simt o atracție deosebită spre jocul de atac și nu manifestă nici o plăcere pentru cel de apărare. *In fine, în al treilea rînd, sîntem nevoiți să constatăm că* cei mai mulți jucători și chiar unii antrenori au slabe cunoștințe teoretice și practice legate de jocul apărării. *Se remarcă* o slabă pregătire tehnică pentru acest joc mai ales în ceea ce privește tehnica deplasării, a blocării mingii, a scoaterii mingii din aruncare, atacul decisiv la jucătorul cu mingea etc. *Și mai slabe ni se par preocupările pentru pregătirea tactică a jocului de apărare; altfel nu ne explicăm greșelile grave de ansamblu pe care le săvîrșesc echipele noastre din prima categorie și chiar reprezentativele.*

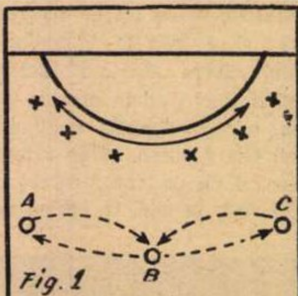
Adesea avem convingerea că se practică un joc de apărare după libera concepere a jucătorilor sau că aceștia socotesc fazele de apărare ca momente de relaxare, cuvenite după fiecare atac. *Mulți jucători nu mai respectă nici unele probleme elementare de apărare, ca poziția fundamentală permanentă menținută, jocul activ de picioare, plasamentul față de poartă și față de bratul de aruncare, marcajul specific al pivotului etc.*

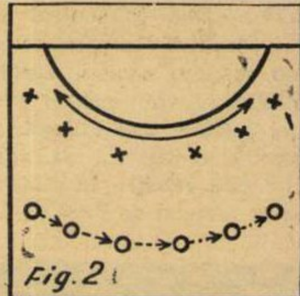
Toate aceste constatări, *confirmate de comportarea slabă în apărare a echipelor în campionat,* trebuie să pună tuturor antrenorilor ca acută problema îmbunătățirii jocului de apărare. *In primul rînd* trebuie să crească în mod considerabil ponderea jocului de apărare în antrenamente. Ea trebuie să meargă pînă la 30—35% din totalul minutelor prevăzute în ciclul săptămînal. *Apoi, este necesară* o revizuire și o reîmprospătare a cunoștințelor antrenorilor în acest domeniu. Aceste cunoștințe trebuie predate în mod sistematic jucătorilor pentru că este absolut necesar ca sportivii să cunoască, teoretic și practic, tot bagajul de cunoștințe tehnico-tactice specifice.

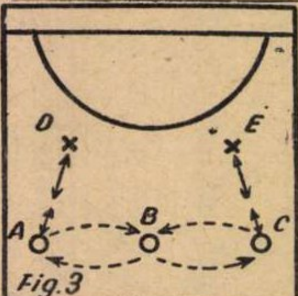
Nu trebuie să mai existe în prima categorie jucători care să nu cunoască bine mecanismul tuturor sistemelor de apărare și toată gama procedeelor tehnice specifice. Și acest deziderat poate fi realizat cu atît mai mult în etapa actuală, cînd perioada de pregătire este mai îndelungată, acoperind aproape tot sezonul de iarnă.

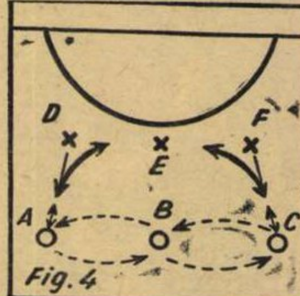
Și fiindcă, în general, se apreciază ca redus numărul exercițiilor specifice care stau la îndemîna antrenorilor, dăm — mai jos — cîteva din cele mai utile și mai potrivite, după părerea noastră, în perioada actuală, cu ajutorul cărora poate fi îmbunătățit și perfecționat jocul de apărare al echipelor noastre.

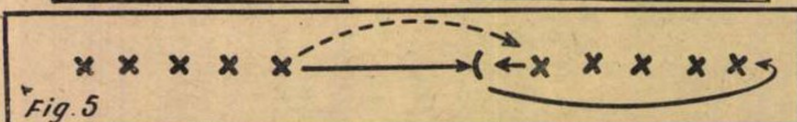
Prof. CONST. POPESCU
Prof. FR. SPIER
antrenori

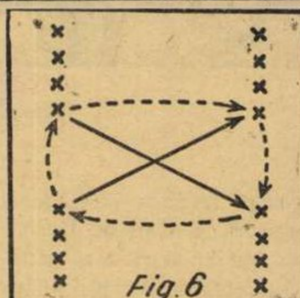












EXERCIȚII

1. Alergare cu variațiuni de ritm și starturi la semnale.
2. Deplasarea laterală și cu spatele, pe distanțe foarte scurte, cu schimbări de sens la semnale.
3. Deplasare între puncte fixe în triunghi, dreptunghi și în T (tot timpul cu fața înainte și cu joc de brațe).
4. Deplasări și acțiuni de apărare „în oglindă" (în față se află antrenorul pentru toată echipa sau un jucător pentru cîte un grup restrîns).
5. Pentru blocarea mingii; se va folosi mingea legată tip praștie sau mingea obișnuită.
6. Exerciții speciale de deplasare urmărind mingea:

— Jucătorii A, B, C, — aflați la 9—10 m de poartă — își pasează mingea cu repeziciune. Apărătorii, plasați pe semicerc, se deplasează toți în direcția mingii; la început se țin de mîini, apoi efectuează deplasarea cu joc de brațe (fig. 1).

— Jucătorii, situați la 9—11 m de poartă, își pasează rapid mingea unul altuia; apărătorii ies puternic ori de cîte ori jucătorii respectivi din față primesc mingea (fig. 2).

7. Exerciții speciale de atacare a jucătorului cu mingea:

— Jucătorii A, B, C își pasează mingea. A și C acționînd pe direcția porții, sînt atacați de fiecare dată de apărătorii D și E care se retrag pe semicerc și apoi atacă din nou (fig. 3).

— Același exercițiu de mai sus. Apărătorii D și F cînd se retrag, se deplasează și spre centru pentru a acoperi pivotul însoțit om la om de jucătorul E. Treptat se trece la prodarea pivotului (fig. 4).

— Exercițiu în suveică. Jucătorii se așază în două șiruri, față în față. Jucătorii pasează la coechipierul din față și apoi îl atacă pentru a-l împiedica să paseze în condițiuni bune (fig. 5).

— Tot în suveică, dar pasarea mingii se face în sensul acelor ceasornicului, iar atacarea în diagonală (fig. 6).

8. Luptă pentru minge, om la om (cine ține mingea mai mult).
9. Exerciții de intercepție. Jucătorii așezați în cerc își pasează mingea; în mijlocul cercului 1—3 jucători încearcă s-o intercepteze.
10. Atac la o poartă: 2—2, 3—3, 6—6 sau cu apărări în inferioritate numerică pentru a-i determina să fie foarte activi.

Continuă activitatea în sală...

● Ca de obicei, sfîrșitul săptămînii oferă amatorilor handbalului prilejul de a asista la noi întreceri interesante în cadrul competițiilor de sală.

Astfel de partide sînt programate, de pildă, mîine la București, în sala Floreasca: se dispută etapa a V-a la băieți și etapa a IV-a la fete în „Cupa F.R.H.". Programul este următorul (de la ora 14.30): Dinamo — București I jun. (m); Confecția — București I jun. (f); Electromagnetica — Fabrica de timbre (f); Știința — Progresul (f); Rapid — Steaua (m); I.C.F. — Spartac (m).

● In competiția feminină, clasamentul este următorul (rezultatele nu sînt încă omologate):

1. Rapid	3	3	0	0	52:16	6
2. Știința	3	2	0	1	27:24	4
3. București jun.	3	1	0	2	29:31	2
4. Electromagn.	2	1	0	1	22:25	2
5. Confecția	3	1	0	2	29:35	2
6. Progresul	2	1	0	1	16:36	2
7. Fabr. timbre	2	0	0	2	18:26	0

● Etapa a II-a a „Cupei F.R.H." la Brașov. Senioare: Tractorul — Luceafărul 27—17 (12—5), Rulmentul — S.S.E. 20—5 (9—0). Seniori, seria I: Dinamo — Tractorul 26—17 (11—10), Chimia Făgăraș — Recolta Hălchiu 16—13 (10—3); seria a II-a: Luceafărul — S.S.E. 24—20 (11—7). In clasamente conduc: Tractorul (f), Dinamo (m) și Luceafărul (m). (V. Popovici și E. Bogdan, coresp.).

● In cadrul „Cupei 30 Decembrie", organizată de Comisia regională de handbal Iași (participă 8 echipe), s-au înregistrat rezultatele: Moldova Iași — Inst. Politehnic Iași 19—17 (11—6), C.S.M.S. Iași — Progresul Iași 33—12 (13—3). Intrecerile continuă. (E. Ursu, coresp.).

„Cupa orașului București"

Organizarea primei reuniuni a acestei competiții n-a corespuns, dar boxerii, prin comportarea lor, au ținut parcă intenționat să șteargă impresia urîtă, lăsată de cele 35 de minute întîrziere cu care a început gala.

In primul meci al reuniunii, în cadrul categoriei muscă, *I. Lungu* (Unirea) folosind bine „alonja" a temperat cu serii scurte și precise toate atacurile adversarului său *I. Tufaru* (Voința), cîștigînd categoric la puncte. Cei doi „cocoși" *Șt. Ispas* (Rapid) și *D. Miron* (Voința) s-au angrenat de la începutul luptei în schimburi puternice de lovituri, în urma cărora, la un moment dat, Miron a fost groggy. Situația se echilibrează în repriza secundă, cînd Miron ceva mai precis în acțiuni, reface terenul pierdut. Ultima repriză este echilibrată. Cu un plus de claritate, Miron cîștigă la puncte. Tînărul *I. Manea* (Progresul) s-a apărat bine în primele reprize de puternicele lovituri ale dinamovistului *A. Verdeș*, punctînd cu directe de stînga. In ultima repriză, Manea a pornit dezlănțuit la atac și cu directe de dreapta a reușit să cîștige o partidă pentru care merită toate laudele. Cat. semiușoară *T. Hristache* (Pasteur) b. desc. repr. a III-a *Gh. Stan* (Metalul); *M. Stingă* (Voința) b.ab. repr. a II-a *Șt. Puica* (Olimpia). Cat. semimijlocie: tînărul *V. Ecescu* (Știința) deși curajos și hotărît, n-a putut face față experienței și superiorității lui *M. Anghel* (Progresul). După ce a fost numărat în repriza secundă, el a fost abandonat în ultima repriză. *Gh. Vlad* (Rapid) după o partidă foarte disputată, învinge la puncte pe *M. Ionescu* (Metalul).

In cea de-a doua reuniune, disputată aseară, s-au înregistrat următoarele rezultate:

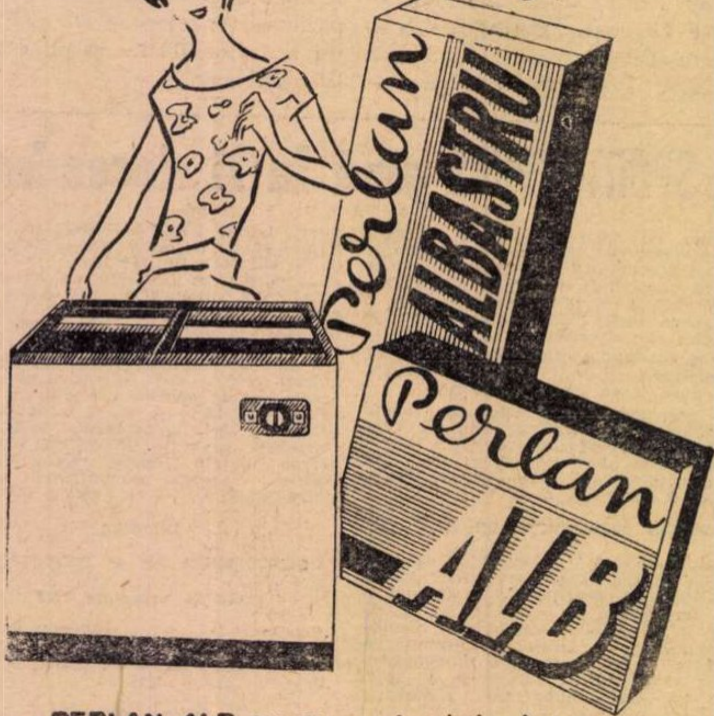
CAT. MUSCĂ: Al. Constantin (Olimpia) b.p. D. Barbu (Pasteur); C. Dobrică (Voința) cîștigă fără adversar; (I. Lungu Voința a depășit greutatea). CAT. PANĂ: Gh. Anghel (Steaua) b. ab. repr. a II-a Gh. Ghiță (Rapid); Gh. Barbure (Dinamo) b.p. Gh. Badiu (Steaua). CAT. UȘOARĂ: A. Gîndac (Rapid) b.K.O. repr. a II-a D. Dosan (Gr. Roșie). CAT. SEMIMIJLOCIE: M. Anghel (Progresul) b.p. M. Bălan (Olimpia). CAT. MIJLOCIE MICĂ: Gh. Constantin (Progresul) b.p. A. Mayay (Steaua). CAT. MIJLOCIE: P. Cîmpeanu (Metalul) b.ab. repr. a II-a I. Bogdan (Voința).

Duminică dimineața, ora 10, în sala Casei de cultură a raionului T. Vladimirescu, va avea loc finala.

MIHAI TRANCĂ



REZULTATE EXCEPȚIONALE
la spălat
cu



• PERLAN ALB pentru țesături din lînă, mătase naturală și fibre sintetice
• PERLAN ALBASTRU pentru țesături din in, bumbac și cînepă

„La aceeași cantitate de articole pentru spălat se folosește o cantitate mai redusă de Perlan în comparație cu ceilalți detergenți".
PREȚUL UNEI CUTII DE „PERLAN" ESTE DE 2,50 LEI

TIPURI MODERNE ȘI APRECIATE
CAMERE COMBINATE CORMORAN
S-AU PUS ÎN VÎNZARE PIESE SEPARATE:
DULAPURI, DIVANE STUDIO, MESE etc.

Modern și apreciat dormitorul „LIGNOSTRAT"
S-au pus în vînzare PIESE SEPARATE
• COMODE PENTRU AȘTERNUT
• DIVANE STUDIO
• MESE EXTENSIBILE